

Hildegard Maria Dyroff, Jahrgang 1959



Kunstpädagogin, Kochkünstlerin; hat Kunst studiert und viele Jahre als Kunstpädagogin in staatlichen Schulen und in einer Montessori Schule gearbeitet. In dieser Zeit hat sie berufsbegleitend

eine Ausbildung im schöpferischen Bewusstsein (Intuition) bei J.H. Löffler erhalten. Die darauf aufbauende Berufserfahrung ist die Grundlage ihrer Arbeit an der Schöpferischen Herzensbildung, die sie seit vielen Jahren mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen anbietet. Zur Kochkünstlerin wurde sie durch die langjährige Küchenleitung im Schöpferischen Zentrum OASE und im OASE Heilhaus, in der sie das Wissen um die heilende Kraft der Nahrung in der Zubereitung der Lebensmittel praktisch anwendet.



## Die OASE

In der harmonisch geschwungenen Hügellandschaft Ostholsteins mit Blick auf die nahe Ostsee befinden sich das Schöpferische Zentrum OASE und das OASE-Heilhaus. In einem großen Garten gelegen, sind die beiden Häuser in ihrer Einheit eine OASE der Regeneration und Inspiration. Neben den liebevoll gestalteten Gästezimmern und der vegetarischen Vollwertküche erwartet Sie bei uns ein inspirierendes Angebot an schöpferischen Meditationen und Seminaren, Konzerten und Vorträgen sowie ein breit gefächertes Spektrum an naturheilkundlichen Therapieformen, Yoga und Fastenwochen.



Information und Anmeldung  
**Schöpferisches Zentrum OASE**  
**OASE Heilhaus**  
Hildegard M. Dyroff  
Schaarweg 70, 23730 Neustadt-Rettin  
Telefon: (045 61) 525 36 70  
[www.schoepferisches-zentrum-oase.de](http://www.schoepferisches-zentrum-oase.de)  
[www.oase-heilhaus.de](http://www.oase-heilhaus.de)  
[www.schoepferische-erziehung.de](http://www.schoepferische-erziehung.de)

*Kochen, Kunst und Stille:  
Nahrung für Körper, Geist und Seele*



*Ein schöpferischer Tag am Meer  
zur Entspannung und Inspiration*



## Kochen:


Sehen, riechen, tasten,  
hören und natürlich schmecken:  
Für das gemeinsame Kochen brauchen wir weder ein ausgefallenes Rezept noch exotische Zutaten. Durch die liebevolle Aufmerksamkeit und Konzentration auf das, was wir gerade tun, entsteht nicht nur ein köstliches vegetarisches Gericht, sondern wir haben uns nebenbei auch noch entspannt.

### Termine:

5.11.2016, 11.2.2017, 17.06.2017,  
26.08.2017, 11.11.2017  
jeweils Samstag von 10.00 – 18.00 Uhr  
Kosten: 90,- Euro

## Stille:

In der Stille der Meditation kann alles Erlebte und Gefühlte ausschwingen, wir kommen zur Ruhe und finden wieder zu uns selbst zurück. Diese Verbindung zu uns selbst und zur Quelle in uns ist die Basis dafür, klar zu erkennen, das Wesentliche zu fühlen und die Impulse aus unserem Herzen wahrzunehmen. Und es ist ganz einfach. Darum sagt ein chinesisches Sprichwort: „Alles beginnt in der Stille“.



## Kunst:

„Jeder Mensch ist ein Künstler“ sagt Joseph Beuys, denn jeder Mensch trägt die Quelle der Inspiration, aus der er schöpfen kann, in sich. Aber nicht immer ist diese Verbindung frei. Oftmals behindern Bewertungen, Erwartungen und Vergleiche den freien Fluss des schöpferischen Tuns. Wir gehen in die Stille, um uns selbst zuzuhören und um die Verbindung zur Quelle in uns wieder zu fühlen. Mit Farben und Formen schöpfen wir aus uns und können über unsere so entstandenen Arbeiten sehen, was in uns steckt und uns bewegt. Einfach schöpferisch zu sein ist jedem Menschen jederzeit möglich – auch ohne Vorkenntnisse oder besondere Begabung. Die Bilder werden nicht kommentiert und weder beurteilt noch interpretiert.